건강은 당신의 손에 달려있습니다.

환자와 의사와의 원활한 대화를 위하여

아시안 아메리칸 커뮤니티를 위한 안내서 ■ **Korean**

아시아계 미국인 건강 위원회

아시아계 미국인 건강 위원회(Asian American Health Initiative, AAHI)는 메릴랜드 몽고메리 카운티 보건복지부(Department of Health and Human Services)에 소속된 기관입니다. AAHI의 임무는 다양한 아시안 아메리칸 사회의 건강 관리의 필요성을 확인하고, 문화적 그리고 언어적 장애가 없는 건강관리 서비스를 개발하며, 몽고메리 카운티에 거주하는 모든 아시안 아메리칸이 쉽게 접근하여 받을 수 있는 의료 서비스를 시행하도록 노력하는 것입니다.

이 소책자는 일반적인 건강문제를 간단하게 설명하고, 그리고 의료 제공자들과 원활한 대화를 원하는 커뮤니티 거주자들을 위해 만든 자료입니다. 본 책자는 간단한 영어용어와 진료소 혹은 병원에서 도움이 될 기초적인 표현을 담고 있습니다. 본 책자는 전문적인 의료치료나 조언과는 아무런 상관이 없습니다. 건강문제에 대해 상의하시려면 담당 의사를 방문하십시오.

의사와의 방문을 최대한 활용하십시오.

담당 의사와의 대화는 대단히 중요합니다. 의사와의 좋은 관계라는 것은 정보를 서로 나누고, 결정을 함께 한다는 것을 의미합니다. 진료 예약을 잘 진행하기 위한 9 가지 권고사항은 다음과 같습니다.

1. 통역사가 필요하시면 진료 예약을 할 때 진료소에 말씀하십시오.
2. 양식을 작성할 시간을 충분히 가질 수 있도록 일찍 도착하십시오.
3. 의료 기록, 보험 카드, 그리고 필요한 치료비(해당되는 경우)를 지불하기에 충분한 돈을 가져오십시오.
4. 의사에게 하고 싶은 질문을 포함하여, 여러분이 걱정하는 건강 사항이 있으면 적어두십시오.

5. 현재 겪고 있는 증상과 복용하는 약을 적어두십시오.
6. 여러분의 가족에게 특정한 병력이 있는 경우, 의사에게 잊지 말고 알려 주십시오.
7. 친구를 데리고 가십시오. 진료 중 누군가가 함께 있으면 더 쉽게 여러분의 건강 문제를 설명하고 의사의 권고사항을 이해할 수 있습니다.
8. 질문을 하십시오. 여러분이 상의한 의료 문제에 대해 편안함을 느낄 때까지 진료소를 떠나지 마십시오.
9. 추적 진료를 받으십시오.의사가 권고하는 사항을 실행하는 것이 중요합니다. 필요한 경우에는 추적 진료 예약을 하십시오.

여러분의 권리를 알아두십시오

연방 기금을 받는 진료소들은 영어를 하지 못하는 환자에게 통역사를 무료로 제공해야 합니다. 통역 서비스가 필요한 경우에는 진료소에 사전에 알려주는 것이 도움이 됩니다. 영어가 주 사용 언어가 아닌 경우, 귀하에게 도움이 될 수 있는 몇 가지의 표현은 다음과 같습니다.

- **I do not speak English.** 나는 영어를 하지 못합니다.
- **I do not understand you.** 나는 당신의 말을 이해하지 못하겠습니다.
- **I need an interpreter, please.** 저는 통역사가 필요합니다.
- **Do you have this information in Korean?** 한국어로 된 설명서가 있습니까?
- **Is there a doctor or nurse who speaks Korean?** 한국어를 하는 의사나 간호사가 있습니까?

의료보험이 없는 경우에는 무료 또는 저비용의 의료 서비스를 받을 자격이 있을 수도 있습니다. 해당 지역의 보건 기관에 알아보십시오. 잊지 마십시오–공공의료시설은 경제적, 정치적, 또는 이민 신분에 근거하여 여러분이나 가족을 치료하는 것을 거부할 수 없습니다.

의료 제공자와 대화를 위한 표현

현재 영어를 배우고 있다면, 병원에서 사용하는데 도움이 되는 다음과 같은 몇 가지 표현을 참고하십시오.

- **There is a history of cancer in my family.** 저의 가족에는 암 병력이 있습니다.
- **I have a headache and fever.** 저는 두통과 발열이 있습니다.
- **There is a pain in my stomach.** 저는 복통이 있습니다.
- **What causes this problem?** 이 문제가 생기는 원인은 무엇입니까?
- **Do I need a test?** 검사가 필요합니까?
- **When will I know the test results?** 검사 결과를 언제 알 수 있습니까?
- **What will this test cost?** 이 검사비는 얼마입니까?
- **Will my insurance cover the test?** 제 보험으로 검사비 혜택을 받을 수 있습니까?
- **How much will my insurance cover?** 저의 보험에서 어느정도의 의료비를 지불합니까?

- **I do not have insurance.** 저는 보험을 갖고 있지 않습니다.
- **What are my treatment choices?** 나는 어떤 치료를 받을 수 있습니까?
- **What are the benefits and risks of this treatment?** 이 치료에 대한 장점과 단점은 무엇입니까?
- **Does this medicine have side effects?** 이 약은 부작용이 있습니까?
- **How long do I have to take the medication?** 이 약을 얼마나 오랫동안 복용해야 합니까?
- **Can I take this medication with my other prescriptions?** 이 약을 저의 다른 처방약과 함께 복용할 수 있습니까??
- **Do I need to make another appointment?** 진료 예약을 다시 해야 합니까?

병원에서 도움이 되는 의학용어

AIDS (후천성 면역결핍증(에이즈)〕) HIV 바이러스에 의한 면역 체계 질병.

Allergy (알러지) 환경내의 물질에 대한 과잉 면역 반응.

Anemia (빈혈증) 피의 산소 운반 기능 감소.

Anxiety (불안감) 신경 쇠약감, 불편한 느낌, 또는 염려.

Artery (동맥) 심장에서 몸 끝부분까지 피를 운반하는 혈관.

Arthritis (관절염) 관절에 생기는 염증.

Asthma (천식) 숨이 차고, 기침이 나며, 가슴이 조이는 증상이 특징인 만성 질병.

Benign (양성) 생명에 위협이 없는 상태.

Biopsy (조직 검사) 조직에 암이 있는지 판정하기 위하여 조직 샘플을 제거하여 검사함.

Blood clot (혈액 응고) 피가 액체의 상태에서 고체 상태로 변화됨.

Blood glucose (혈당) 몸이 음식에서 만드는 주요 당. 세포는 인슐린의 도움 없이 혈당을 사용할 수 없음.

Blood pressure (혈압) 혈관벽에 대한 피의 압력.

Diastolic blood pressure (확장기 혈압) 심장 박동 사이의 쉬는 시간의 동맥 압력. 이 압력은 보통 혈압 측정의 두 번째 수치입니다.

Systolic blood pressure (수축기 혈압) 심장이 죄이는 기간에 생기는 최대의 동맥 압력. 이 압력은 보통 혈압 측정의 첫번째 수치입니다.

Blood (피) 심장, 동맥 그리고 정맥을 통해 순환하며 몸의 조직에 산소를 공급하는 액체.

Breasts (유방) 여성의 신체 상위 앞 부분에 있는 젖을 분비하는 샘.

Bronchitis (기관지염) 공기를 폐로 운반하는 관의 염증.

Cancer (암) 종양에서 시작하는 질병. 발견되지 않으면, 몸의 다른 세포로 급히 번질 수 있음. 암은 전염성은 아니나, 자주 같은 가족들에게 영향을 줌.

Breast Cancer (유방암) 유방암은 여성에게 가장 흔한 암임. 통상적인 경고 증상은 유방에 생기는 혹. 여성들은 정기적인 자가 검사를 해야 하며, 50세부터 시작하여 정기적인 유방 X선 사진(매머그램) 검사를 받기 위해 의사와 상의해야 함.

Cervical Cancer (자궁암) 이 암은 여성의 자궁 입구에 있는 세포를 침해함. 가장 통상적인 증상은 비정상적인 출혈임. 자궁암은 자궁암 검사(팹 스미어) 또는 다른 검사를 통하여 발견될 수 있음. 18세 이전에 성관계를 시작하거나 또는 다수의 성 파트너를 가진 여성에게 자궁암의 위험성이 높음.

Colorectal Cancer (직장암) 이 암은 남성의 암 원인 중 세 번째로 높음. 직장과 결장은 소화 체계의 일부임. 직장과 결장의 벽에 생기는 종양은 제거하지 않으면 암이 될 수 있음.

Lung Cancer (폐암) 이 흔히 발생하는 암은 흡연에 의해 생길 수 있음.

Prostate Cancer (전립선암) 이러한 형태의 암은 전립선–방광 아래쪽에 위치한 기관-에 자라는 종양이 관련됨. 전립선암은 남성에게 가장 흔한 형태의 암이며 암에 의한 사망 중 두 번째로 높은 원인임.

Skin Cancer (피부암) 피부암은 미국 내에서 가장 흔한 형태의 암이며, 해마다 백만 건 이상의 새 케이스가 생기고 있음. 이 암은 보통 태양에 너무 많이 노출되는 것이 원인임.

Cardiovascular disease (심혈관 질병) 심장 또는 혈관을 해치는 모든 질병.

Cholesterol (콜레스테롤) 심장병과 관련이 있는 지방성 물질.

Chemotherapy (화학 요법) 암 조직을 파괴하기 위해 화학물질을 사용하는 치료.

Circulation (순환) 몸을 통하는 피의 움직임.

Colon (결장) 큰 창자.

Colonoscopy (결장 내시경) 조직 샘플 또는 종양 제거를 포함할 수 있는 결장 시각 검사.

Cyst (낭종) 몸 속에 있는 액체가 들어있는 주머니.

Depression (우울증) 극심한 슬픔, 정상적으로 예상되는 것 이상임.

Diabetes (당뇨병) 몸이 충분한 인슐린을 생산하거나 사용하지 못하는 것에 의해 생기는 질병.

Type 1 Diabetes (제 1형 당뇨병) 몸의 면역 체계가 인슐린을 생산하는 췌장내의 세포를 파괴하는 병. 제 1 형 당뇨병을 가진 사람은 매일 인슐린 주사를 맞아야 함.

Type 2 Diabetes (제 2형 당뇨병) 몸이 충분한 인슐린을 생산하지 못하거나 생산된 인슐린을 적절하게 사용할 수 없는 병. 제 2형 당뇨병은 식이요법, 운동, 그리고 체중 감소로 조절할 수 있으며, 인슐린 주사가 필요할 수도 있음.

Diagnosis (진단) 질병 또는 의학적 상태를 식별하는 과정.

Emphysema (폐기종) 폐에 갇힌 공기에 의해 생기는 특성을 가진 만성 폐질환.

Fatigue (피로) 피곤한 느낌.

Fever (발열) 비정상적으로 높은 체온.

Genetic Hereditary (유전 세습) 유전자에 연관됨.

Glucose (포도당) 과일, 꿀 그리고 피에서 자연적으로 찾아볼 수 있는 단순한 당.

Heart failure (심장 마비) 심장이 피를 적절하게 품어내지 못함.

Heart rate (심장 박동) 심장이 일분간 박동하는 숫자.

Heartburn (속쓰림) 식도 또는 위에 산이 너무 많아 가슴이 뜨거운 느낌.

Hemorrhoid (치질) 직장 안쪽 또는 바로 바깥쪽의 정맥이 확장됨.

Hepatitis (간염) 간에 생긴 염증 또는 감염. 이 바이러스는 오염된 피, 감염된 사람과의 성적 접촉, 또는 오염된 바늘 사용에 의해 전염됨.

Herpes (포진 또는 헤르페스) 여러 개의 작은 물집들이 보통 입 주변이나 성기 부위에 생기는 피부 감염.

High blood pressure (고혈압) 혈관에 대한 피의 압력이 너무 높을 때 발생하는 질환

HIV (인체면역결핍 바이러스 또는 에이즈 바이러스) 면역 체계를 천천히 파괴하며, 에이즈를 발병시키는 바이러스.

Hypertension (고혈압) 비정상적으로 높은 혈압.

Hyperglycemia (과혈당증) 혈당 수치가 정상보다 높은 상태.

Hypoglycemia (저혈당증) 혈당 수치가 정상보다 낮은 상태.

Immunization (예방 접종) 백신으로 개인의 면역성을 만드는 과정.

Indigestion (소화불량) 소화 장애에 의해 통상적으로 식후에 경험하는 불편감.

Infection (감염) 박테리아, 바이러스 또는 기생충을 포함하는 몸 속의 미생물에 의해 생기는 질병.

Influenza/Flu (독감/유행성 감기) 호흡기 계통을 감염시키는 바이러스가 일으키는 병.

Insomnia (불면증) 잠이 들지 못하거나 잠을 계속 잘 수 없는 증세.

Insulin (인슐린) 탄수화물의 신진대사를 조정하기 위해 췌장이 생산하는 호르몬.

Jaundice (황달) 피부나 눈이 노랗게 변함.

Joint (관절) 두 개 또는 그 이상의 뼈들이 연결되는 곳.

Low blood pressure (저혈압) 혈압이 너무 낮아서 피가 충분한 산소 또는 영양소를 생체 장기에 공급할 수 없음.

Lungs (폐) 피가 산소를 받는 가슴 내의 주요 장기.

Malignancy (악성 종양) 더욱 심각한 병으로 악화 또는 죽음을 초래하는 경향.

Mammogram (유방 X-선 검사) 여성의 유방에서 발암성 종양을 발견할 수 있는 X-선 검사.

Mastectomy (유방 절제술) 유방 제거 수술.

Mental health issues (정신 건강 문제) 정신 건강 문제는 많은 사람들에게 영향을 미치고 있으며, 상담, 교육 및 투약으로 치료할 수 있음.

Metastasis (전이) 병이 처음 생긴 곳에서 몸의 다른 부분으로 퍼짐.

Nausea (메스꺼움) 어지러우며, 배속이 메스꺼운 느낌.

Nerve (신경) 몸의 한 부분에서 다른 부분으로 전기 충격을 전달하는 줄과 같은 구조.

Obesity (비만) 정상 범위보다 20% 더 많은 몸무게.

Osteoporosis (골다공증) 골밀도의 감소가 특징인 골질환으로서, 보통 여성과 고령자에게 발생함.

Palpitations (심계항진증) 불규칙적이거나 심하게 뛰는 심장.

Pap smear (자궁암 검사) 여성의 자궁경부에서 세포를 채취하여 암 검사를 하는 빠르고 고통이 없는 절차.

Pneumonia (폐염) 폐의 염증 또는 감염.

Prescription (처방) 약의 사용을 위해 의사가 적어주는 지시.

Prostate (전립선) 방광 아래와 요도 주변을 둘러싼 남성 생식샘.

Radiology (방사선학) X-선 사용에 관한 의학의 한 부분.

Rash (발진) 눈에 보이는 피부의 반점.

Seizure (발작) 간질의 발생.

Sinus (비강) 콧구멍 속으로 뚫린 두개골 내의 구멍들.

Stroke (중풍) 혈관이 막혀 뇌에 대한 피 공급 부족.

Tuberculosis (결핵) 박테리아에 의한 감염성 폐 질환.

Tumor (종양) 세포의 과대성장.

Ulcer (궤양) 피부 또는 점막에 생기는 상처.

Vaccination (예방접종) 면역성을 만들고 병을 예방하는 것을 돕는 접종.

Vagina (질) 여성의 외음부와 자궁 사이에 있는 근육관.

Vein (정맥) 몸의 다른 부분에서 심장으로 피를 운반하는 혈관.

Virus (바이러스) 살아있는 세포 안에서 자라고 생식하는 미생물. 자주 혈류에 의하여 옮겨짐.

저희는 본 책자가 여러분에게 자신과 가족이 직면하게 되는 건강 문제를 이해하고 미국의 의료시스템을 이용하는 데 귀중한 자료가 되기를 바랍니다. 저희의 목표는 본 책자를 참고로 하여 여러분의 관심사를 정확하게 전달하고, 선택 사항에 대한 이해, 그리고 여러분이 당연히 받을 수 있는의료 서비스가 어떤 것인가 하는것을 체험하도록 하는데 있습니다.

추가 자료 및 정보를 받으시려면, 거주 지역 병원 또는 보건소를 방문하십시오. 이러한 기관에서는 여러분이 건강하고 행복한 장래를 누리는 데 도움이 되는 서비스에 대한 정보를 제공할 것입니다. 잊지 마십시오. 좋은 건강은 당신의 손에 달려있습니다.

더 많은 정보를 얻으시려면 저희 웹사이트 **www.AAHIinfo.org**를 방문하거나 **240.777.4517**로 전화 주십시오.

JUNE 2017

Montgomery County
Department of Health and Human Services

ASIAN AMERICAN HEALTH INITIATIVE

1401 Rockville Pike, 3rd Floor
Rockville, MD 20852

Phone 240.777.4517
Fax 240.777.4564

www.AAHIinfo.org

Asian American Health Initiative

Together To Build A Healthy Community